

## Warum ist Fasten gerade im Monat Ramadan für Muslime vorgeschrieben?

Der Monat Ramadan ist der neunte Monat im islamischen Mondkalender. Da ein Mondjahr ungefähr ein und eine halbe Woche kürzer als ein Sonnenjahr ist, verschiebt sich der Monat Ramadan jedes Jahr rückwärts. Er ist ein heiliger Monat, weil Gott ihn ausgewählt hat für die Offenbarung heiliger Texte. Imam Ja'far as-Sadiq zitiert den Heiligen Propheten, Friede sei mit ihm und seiner Familie, als Ausspruch:

*“Die Bücher Abrahams wurden in der ersten Nacht des Monats Ramadan offenbart, die Tora wurde am sechsten Tag des Monats Ramadan offenbart, die Bibel wurde am dreizehnten Tag des Monats Ramadan offenbart...und der Heilige Koran am dreiundzwanzigsten Tag des Monats Ramadan”*

Er wird außerdem als heilig angesehen, weil er die Nacht der Macht (Laylatul Qadr) beinhaltet. „Qadr“ wörtlich genommen bedeutet Bestimmung, und in dieser Nacht bestimmte Gott jedes Ereignis und alle Ereignisse, die während des nächsten Jahres jedem und allen Seiner Kreaturen passieren.

Imam as-Sadiq, Friede sei mit ihm, unterrichtet uns, daß

*“Während Laylatul Qadr steigen die Engel, der Geist und die Getreuen alle herab zu den tieferen Himmeln und schreiben auf, was Gott für dieses Jahr verordnet und wenn Gott wünscht, etwas voran zu bringen, oder aufzuschieben oder aber hinzuzufügen. Er befiehlt den Engeln, das auszulöschen und mit dem zu ersetzen, was immer Er verordnet”*

Der Heilige Prophet des Islam, Friede sei mit ihm und seiner Familie, berichtet uns von den großen Segnungen des Monats Ramadan.

*“[Der Monat Ramadan] fließt über von Gewinnen, ist gnadenreich, bereit, Deine Sünden der Unterlassung und Begehung vor Gott zu bringen um Seine Vergebung zu erreichen. Seine Tage, Nächte und Stunden, in der Achtung Gottes, sind erlesener, vornehmer und wichtiger, als die Tage, Nächte und Stunden anderer Monate. Er übertrifft alle anderen Monate in Wert und Gunst..... So, sicherlich, frei von Bösem und sündigen Gedanken und Taten, mit klarem Verstand, bete und bitte, daß Gott Dir Herz und Zuversicht gibt, das Fasten zu befolgen ... während dieses Monats”*

### Zusammenfassung:

Muslime befolgen das Fasten, als einen Akt der Ergebenheit um Nähe zu Gott zu suchen, Seine Güte und Vergebung zu suchen und um einen Geist der Frömmigkeit in Einem zu erzeugen. Fasten in diesem Monat ehrt die Offenbarung des Wortes Gottes und reinigt einen für die Nacht der Entscheidung und in der Hoffnung auf Vergebung. Fasten ist eine jährliche geistige Erneuerung, mit reichlicher Belohnung in diesem Monat der Gnade Gottes, der Teil des Islamischen Weges zum Idealen Selbst ist.

Um mehr über Islam zu finden, besucht:

<http://al-islam.org/faq/>

v1.0

*Oh Ihr Gläubigen! Fasten ist für euch vorgeschrieben, wie es für jene vor euch war, damit ihr Böses abwenden könnt.  
(Fastet) eine bestimmte Zahl von Tagen...  
(Koran: Sure 2, Verse 182-183)*

# Was ist das Fasten im Monat des Ramadan?

Jedes Jahr im neunten Monat des Islamischen Kalenders enthalten sich Muslime überall in der Welt vom Essen, Trinken, nutzlosem Gerede und bestimmten anderen Aktivitäten von vor Sonnenaufgang bis nach Sonnenuntergang.

## Fasten ist vorgeschrieben in den abrahamitischen Religionen

Die Juden, Christen und Muslime haben das Fasten alle in ihrer Religion beinhaltet. Moses hielt ein Fasten von vierzig Tagen am Berg Sinai ein zur Zeit der Offenbarung der Zehn Gebote. (Exodus 24:18) Obwohl jetzt weniger üblich, ist es Teil der jüdischen Tradition zu fasten aus Trauer oder in Gefahr. Streng praktizierende Juden fasten immer noch am Tag der Buße und aus Anlaß des einwöchigen Gedenkens der Zerstörung Jerusalems 597 v.Chr.. Jesus von Nazareth, Friede sei mit ihm, fastete ebenfalls am Tag der Buße und die vierzig Tage des Fastens nach Moses um die teuflischen Versuchungen abzuwehren.

*“Dann wurde Jesus vom Geist in die Wüste geleitet um vom Teufel versucht zu werden. Nachdem er vierzig Tage und vierzig Nächte gefastet hatte, war er hungrig.”*  
(Matthäus 4:2)

Viele Christen halten eine vierzig Tage vorösterliche Fastenzeit ein, obwohl es jetzt nur noch Enthaltensamkeit von bestimmten Essensarten beinhaltet anstatt von allem Essen und Trinken. Muslime fasten den Monat Ramadan und dürfen, freiwillig, an den meisten anderen Tagen des Jahres fasten.

Der Eine Gott schreibt das Fasten den Gläubigen vor; und es hat viel Nutzen. Materielle Freuden können allgemein in Essen und Trinken, sexuelle Freuden und Eitelkeiten gesehen werden. Fasten erfordert Enthaltensamkeit von all diesem, entgegen dem natürlichen Instinkt des Menschen, um die Gebote Gottes einzuhalten. Das formt und stärkt die Selbstkontrolle einer Person, nährt sie ihrem Schöpfer an. Andere Nutzen des Fastens beinhalten:

- ❑ *Fasten flößt Geduld ein, lehrt Selbstkontrolle und Disziplin.*
- ❑ *Fasten fördert Mitleid mit den weniger Glücklichen.*
- ❑ *Fasten richtet aus auf Spiritualität und minimiert die Konzentration auf Materialismus.*
- ❑ *Fasten hat viele gesundheitliche Nutzen.*
- ❑ *Fasten kann Sühne für Sünden sein und kann große Belohnung verdienen.*
- ❑ *Fasten ist Teil eines starken spirituellen und körperlichen Erneuerungsplanes.*
- ❑ *Das Fasten ist Gedenken wichtiger heiliger religiöser Ereignisse.*

Das Fasten der Muslime im Monat Ramadan ist eine Fortsetzung der langen Geschichte des Fastens in den abrahamitischen Religionen. Die selbsterziehenden Nutzen des Fastens machen es zu einem wichtigen Mittel des eigenen Fortschritts im Glauben und der Ausübung der Religion.

*“Und Männer, die fasten und Frauen, die fasten....Gott hat für sie Vergebung und gewaltigen Lohn.”*  
(Koran 33:35)

## Was bringt das Fasten im Monat Ramadan mit sich?

Kurz, das Fasten beinhaltet Enthaltensamkeit von allem Essen, Trinken, nutzlosem Gespräch und Geschlechtsverkehr von der Zeit der Morgendämmerung, wenn der Himmel hell genug wird um einen schwarzen Faden vom weißen Faden des Horizonts zu unterscheiden bis nach Sonnenuntergang, wenn die Röte den östlichen Teil des Himmels verlassen hat. Einige Leute sollen nicht fasten aus Gründen des Alters, der Gesundheit, Schwangerschaft, etc. und dürfen statt des Fastens milde Gaben verteilen und/oder dürfen die versäumten Tage zu einer späteren Zeit nachholen.

Wie auch immer, der wahre Geist des Fastens des Monats Ramadan ist mehr als Enthaltensamkeit von einigen Dingen. Es ist eine kraftgebende Zeit mit verstärkter Mühe in Richtung der spirituellen Perfektion.

*“Durst und Hunger erträgst, fühlst und durchlebst du, hier und jetzt, um deinem Verstand die Härte und Schärfe der Dürre und des Hungers klarzumachen, die an dem Tag angeordnet werden am Tag des Gerichts.*

- ❑ *gib Almosen an die Armen und Mittellosen.*
- ❑ *Behandle deine Eltern und Ältere mit Respekt.*
- ❑ *Sei freundlich und liebevoll zu deinen Kindern und Jungen.*
- ❑ *Beachte und sehe nach deinen Verwandten.*
- ❑ *Halte dich fern, deine Zunge zu nutzen für das, was nicht einmal geflüstert werden sollte.*
- ❑ *Schließe deine Augen vor dem, was anstößig ist anzusehen.*
- ❑ *Richte ein taubes Ohr dorthin, was zu verleumderisch ist, gehört zu werden.*
- ❑ *Sei mitleidig, sanft und freundlich gegenüber Waisen, damit nach dir, deine Kinder falls nötig, die gleiche Behandlung von anderen erfahren.*
- ❑ *Richte dich bereuend zu Gott und suche Seine Nähe”*  
- Holy Prophet, peace be upon him and his family

Zusammen mit dem Fasten und der Absicht eines hervorragenden moralischen Charakters, verbringen Muslime soviel Zeit und Energie wie möglich im Monat Ramadan mit Gebeten und Erinnern an den Einen und Alleinigen Gott. Während einiger der Nächte dieses Monats, werden Muslime die ganze Nacht wach bleiben in Gottesanbetung.

Nach dem letzten Tag des Monats Ramadan feiern Muslime Eid ul Fitr, um der Beendigung des Fastens zu gedenken. Sie kommen zusammen zum Gebet Essen und dem Austausch bescheidener Geschenke (hauptsächlich für Kinder). Wie auch immer, es ist ein Tag der gemischten Gefühle, weil der am meisten gesegnete Monat Ramadan mit all seinen Möglichkeiten für Vergebung und Lohn für ein weiteres Jahr vorbei ist.

*“Ich nehme Zuflucht zu Deiner gütigsten Anordnung, oh Gott, wo die Dämmerung dieser Nacht sich Bahn bricht, oder der Monat Ramadan zu Ende geht, und ich immer noch als ein angeklagter (ohne Vergebung seiender) Sünder, pflichtig, bestraft zu werden an dem Tag, an dem ich vor Dir stehe.”*

[Aus einem Gebet der letzten Nacht des Monats Ramadan, gelehrt von Imam Jafar as-Sadiq, Friede sei mit ihm]